14.027 Nákyp ryžový s tvarohom a jablkami
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
ryža	5,00	5,00	6,50	6,50	7,50	7,50	9,00	9,00
maslo	1,10	1,10	1,50	1,50	1,80	1,80	2,10	2,10
vajcia	18	0,90	22	1,10	25	1,25	28	1,40
mlieko	12,00	12,00	14,00	14,00	17,00	17,00	22,00	22,00
soľ	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
tvaroh	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,50	3,50
cukor na posýpku	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
cukor práškový	1,30	1,30	1,60	1,60	2,20	2,20	2,50	2,50
olej na plech	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
cukor vanilkový	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
jablká	5,00	3,25	8,00	5,20	10,00	6,50	12,00	7,80
hrozienka	0,05	0,05	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30
hmotnosť porcie v g	200		250		290		360	

Receptúra

Výrobný postup

Ryžu preberieme, umyjeme, osolíme, sparíme a uvaríme v mlieku do polomäkka. Maslo vymiešame s cukrom, žĺtkami a vanilkovým cukrom. Pridáme uvarenú vychladnutú ryžu, prelisovaný tvaroh, hrozienka, premiešame a skypríme snehom z bielkov. Do vymasteného pekáča dáme polovicu ryže, rovnomerne rozotrieme, poukladáme vrstvu očistených strúhaných jabĺk. Prikryjeme druhou vrstvou ryže a upečieme v horúcej rúre. Porcie ryžového nákypu podávame posypané práškovým cukrom a poliate kakaovou polevou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1760	422	9,65	15,1	0,0	60,2	1,8	173,0	1,4	0,113	0,1	0,3	3,8	1,1
B	236	566	12,1	20,7	0,0	80,3	2,7	207,	1,8	0,14	0,1	0,3	5,7	1,4

	0		8					2		7				
C	2855	685	14,59	24,5	0,0	98,4	3,3	251,6	2,2	0,176	0,1	0,4	7,1	1,7
D	3496	839	18,53	30,3	0,0	119,3	4,0	325,2	2,7	0,212	0,2	0,5	8,7	2,1